

令和6年度 年末年始の ごみ出しカレンダー

12月25日(水)～1月10日(金)の間については、収集時間帯が普段と異なることがあります。

収集日の朝8:30までに必ずごみを出していただきますようご協力をお願いします。

使用済み乾電池・蛍光灯管・
インクカートリッジ・
リチウムイオン電池などの回収受付

東北環境事業センターでの回収受付は、年内は12月31日(火)まで、年始は1月4日(土)から行います。

粗大ごみ収集の申込み受付

●インターネット

(24時間受付)



●電話

☎0120-79-0053 (固定電話 通話料無料)

☎06-6530-1530 (携帯電話・スマートフォン 通話料有料)

※粗大ごみの電話受付は、12月29日(日)～1月3日(金)の間は休ませていただきます。

問合せ 東北環境事業センター ☎6323-3511

普通ごみ

通常の収集曜日	年末最終の収集日	年始最初の収集日
月・木曜日の地域	12月30日(月)	1月6日(月)
火・金曜日の地域	12月31日(火)	1月7日(火)
水・土曜日の地域	12月28日(土)	1月4日(土)

資源ごみ/容器包装プラスチック/古紙・衣類

通常の収集曜日	年末最終の収集日	年始最初の収集日
月曜日の地域	12月30日(月)	1月6日(月)
火曜日の地域	12月31日(火)	1月7日(火)
水曜日の地域	12月25日(水)	1月8日(水)
木曜日の地域	12月26日(木)	1月9日(木)
金曜日の地域	12月27日(金)	1月10日(金)
土曜日の地域	12月28日(土)	1月4日(土)

※「普通ごみ」・「資源ごみ」・「容器包装プラスチック」・「古紙・衣類」の収集日が同じ日になる場合は、少し離してお出してください。

777の 食べるを育てる! つくってえーよう!

熊本県の給食でも提供されている、ご当地メニューの「びりんめし」をご紹介します! 肉の代わりに豆腐が入った混ぜご飯です。干し椎茸や切り干し大根も入っているので、うまみがあり、食物繊維も豊富です!



調理時間 30分

- ① 干し椎茸を水で戻し、切り干し大根は洗って水で戻しておく。
- ② 薄揚げは一口大に切り、人参は千切りにする。ごぼうはさががきにしたら、水にさらしてアクを抜く。
- ③ 白米を少し固めに炊く。
- ④ キッチンペーパー等で水気を取った豆腐をほぐし、油をひいたフライパンで水分がなくなるまで炒める。
- ⑤ 豆腐以外の食材を加え、椎茸の戻し汁を加えて加熱する。
- ⑥ 具材が柔らかくなったらAの調味料を加える。
- ⑦ 炊きあがったご飯に汁を切った⑥を加えて混ぜ合わせる。
- ⑧ お好みでネギやみょうがを加えて完成。

びりんめし

材料 2人分 (338kcal/塩分1.0g)

- 白米 150g
- 薄揚げ 10g
- 豆腐 80g
- ごぼう 10g
- 人参 16g
- 切り干し大根 2g
- 干し椎茸 1.6g
- 本だし 0.6g
- うすくち醤油 10g
- A 本みりん 4g
- 砂糖 6g
- 椎茸だし 40g

びりんめしの「びりん」って何?

絞り豆腐を油で炒めるときの音が「びりん、びりん…」と聞こえることからついた名前だそうです! 今回のレシピは少し時間がかかりますが、そういった料理もたまにはどうでしょうか!



栄養士の
777です!

問合せ 保健福祉課(健康づくり)2階22番 ☎6308-9882

区の統計 令和6年11月1日現在の推計 区の人口:187,669人(前月比+179人) 男:93,627人 女:94,042人 区の世帯数:111,454世帯 区の行政面積:12.64km²

広報誌の発行単価 区広報誌「よどマガ!」は毎月122,300部を発行し、12月号1部あたりの発行単価(配布費用を含む)は約18.7円でそのうち約3.1円を広告収入でまかなっています。

夢ちゃん地域探検隊

淀川区にある18コの地域の中から、今回は田川地域と塚本地域の活動を夢ちゃんがレポートするよ!

各地域の活動について詳しくは



夢ちゃんレポートNo.12 田川地域



夢ちゃんレポートNo.13 塚本地域

みんな～! 百歳体操って知ってる? 手首や足首に自分に合った重りをつけて体操するんだ。

田川地域では「100歳まで自分のことは自分でできるように!」をテーマに月に2回百歳体操をやっているよ。体力がついて、転びにくくなるし、認知症の予防にもなるんだって! 地域の人たちと顔を合わせる機会にもなって、みんなで仲良く楽しくできるんだ。一人で続けるのは難しいけど、みんながいると楽しく続けられるよね!

元気な100歳をめざしてみよう!!

田川地域 百歳体操

日時 第2、第4土曜日10:00～

場所 田川社会福祉会館(変更する場合もあり)



問合せ 市民協働課4階41番 ☎6308-9734 / 淀川区まちづくりセンター 区役所4階 ☎6309-5656

塚本地域で開催される食事サービスに密着!

塚本地域では、毎週木曜日に65歳以上限定で食事サービスをやっているよ! 一食250円で食べられて、栄養もボリュームも満点! いつもは家で食べているお昼ご飯もみんなと食べれば、美味しさが何倍にもなるよ! みんなで美味しいご飯を食べてみない?

事前申込みが必要になるので、興味がある方は塚本福祉会館に問い合わせしてみね! 一緒にご飯を食べると、新しいお友達もできるかも!

高齢者食事サービス

日時 毎週木曜日(月4回)11:30～
(変更・休止の場合もあり)

場所 塚本福祉会館
(塚本3-5-22)
☎6300-5880



淀川通信

vol.63

淀川区の「こんなことやりました」をお届けします

10月12日(土) 全国地域安全運動淀川区民大会 開催!

第1部は防犯功労者表彰や協力企業表彰などの式典、淀川区住みます芸人「はるかぜととも」による防犯漫才や大会宣言を行い、第2部では大阪府警察本部音楽隊やカラーガード隊による演奏で、区民大会を大いに盛り上げました。



10月21日(月) ユニフォーム贈呈&新アンバサダー就任!

レッドハリケーンズ大阪によるユニフォームの贈呈と、新しく淀川区アンバサダーになった西川賢哉選手の就任式を行いました。さらなるチームのご活躍と、淀川区の魅力の発信を期待しています!



10月25日(金)～31日(木) 里親パネル展・相談会

1階淀川区民ギャラリーにて、里親パネル展を開催しました。急遽、場所が変更となったにもかかわらず、多くの方々にお越しいただき、展示のパネルやリーフレットをご覧いただきました。



10月29日(火) 包括連携協定を締結しました!

淀川区に本社があり、ココアシガレットや梅ミンツなどのお菓子専門メーカーである、オリオン株式会社と連携協定を結びました。淀川区の魅力発信やPR活動などにご協力いただきます!

